



Bonjour et bienvenue dans cette newsletter !

La fin de l'année scolaire approche à grands pas, et avec elle les oraux des étudiants.
 Pourquoi ne pas associer à la révision des cours un atelier ou un coaching voix pour se sentir serein à l'oral ?
 Ou peut-être avez-vous une présentation orale à faire dans le cadre votre travail et souhaitez-vous vous préparer sur la forme, en plus du fond ?
 Les ateliers collectifs et les séances de coaching individuel sont là pour ça, pour vous aider à mieux appréhender votre voix et l'optimiser ; vous pourrez ainsi identifier vos atouts et axes de progression et gagner en confiance, en assertivité, en présence et certainement en plaisir !



Ateliers à venir

Voici tous les ateliers à venir : découverte, niveau 2 et niveau 3, à Lyon et à Paris.

Découverte	samedi 03/06 de 10h à 12h30	LYON
	samedi 10/06 de 11h à 13h30	PARIS
	samedi 24/06 de 10h à 12h30	LYON
Niveau 2*	samedi 10/06 de 16h à 18h30	PARIS
	samedi 24/06 de 16h à 18h30	LYON
Niveau 3*	samedi 03/06 de 15h30 à 19h	LYON

* ateliers niveau 2 et 3 réservés aux personnes ayant déjà participé respectivement aux ateliers découverte et niveau 2

Inscrivez-vous par mail : mavoixestlibre@gmail.com

Et n'hésitez pas à venir en famille ou entre amis, ces ateliers sont des moments pour soi mais aussi des moments de convivialité !

Retrouvez toutes les dates sur la page Facebook [Ma voix est libre](#) et sur le site internet www.mavoixestlibre.fr

Le saviez-vous ?

Pourquoi n'aimons-nous pas notre voix enregistrée ?

J'entends nombre d'entre vous me dire « je n'aime pas ma voix ! », ce qui m'attriste car cela vous empêche peut-être inconsciemment de vous affirmer vocalement.



Si nous « n'aimons pas » notre voix enregistrée, c'est surtout que nous ne l'entendons pas comme notre voix parlée.

En effet lorsque nous parlons, nous percevons **de l'extérieur** les vibrations transmises par l'air jusqu'à notre oreille, mais aussi **de l'intérieur** d'autres vibrations transmises par conduction osseuse. Lorsque nous écoutons un enregistrement de notre voix, les informations transmises par conduction manquent, la voix entendue nous paraît plus aiguë, plus pauvre, et notre cerveau ne la reconnaît plus comme notre propre voix. Mais rassurez-vous, une étude a montré que votre entourage préfère votre voix avec le son qu'ils entendent plutôt que celui que vous entendez !

Astuce rigolote : si vous parlez en vous bouchant les oreilles, vous n'entendez plus que le son transmis par conduction, c'est la partie qui manque à votre voix enregistrée !

Mon coup de cœur ❤️

« Ténoras, paroles d'avocates »

Documentaire de Lisa Vignoli - 2022.



Faire entendre sa voix pour porter la voix d'une autre.

C'est la mission que se sont donné.e.s les avocat.e.s de la défense, un métier de cœur et de tripes, une véritable mission de vie.

Ce documentaire nous propose une plongée vibrante dans le monde souvent méconnu des avocat.e.s pénalistes (affaires criminelles). Un monde historiquement masculin qui s'est largement féminisé ces vingt dernières années, ce qui a sans doute eu une incidence sur le style des plaidoiries entendues en cours d'assises, plus libres, inventives et sensibles.

A voir sur la [chaîne Youtube Public Sénat](#)

Vous souhaitez faire un cadeau original (et écolo) à un proche ?

Réservez un bon cadeau ([atelier voix](#) à 40€ ou séance de [coaching individuel](#) à 75€) en cliquant sur l'image ci-dessous.



Si cette newsletter vous a plu, n'hésitez pas à la partager !

<https://www.mavoixestlibre.fr/actualites>

et [inscrivez-vous en m'envoyant un mail](#) !

Partager sur :



www.mavoixestlibre.fr →